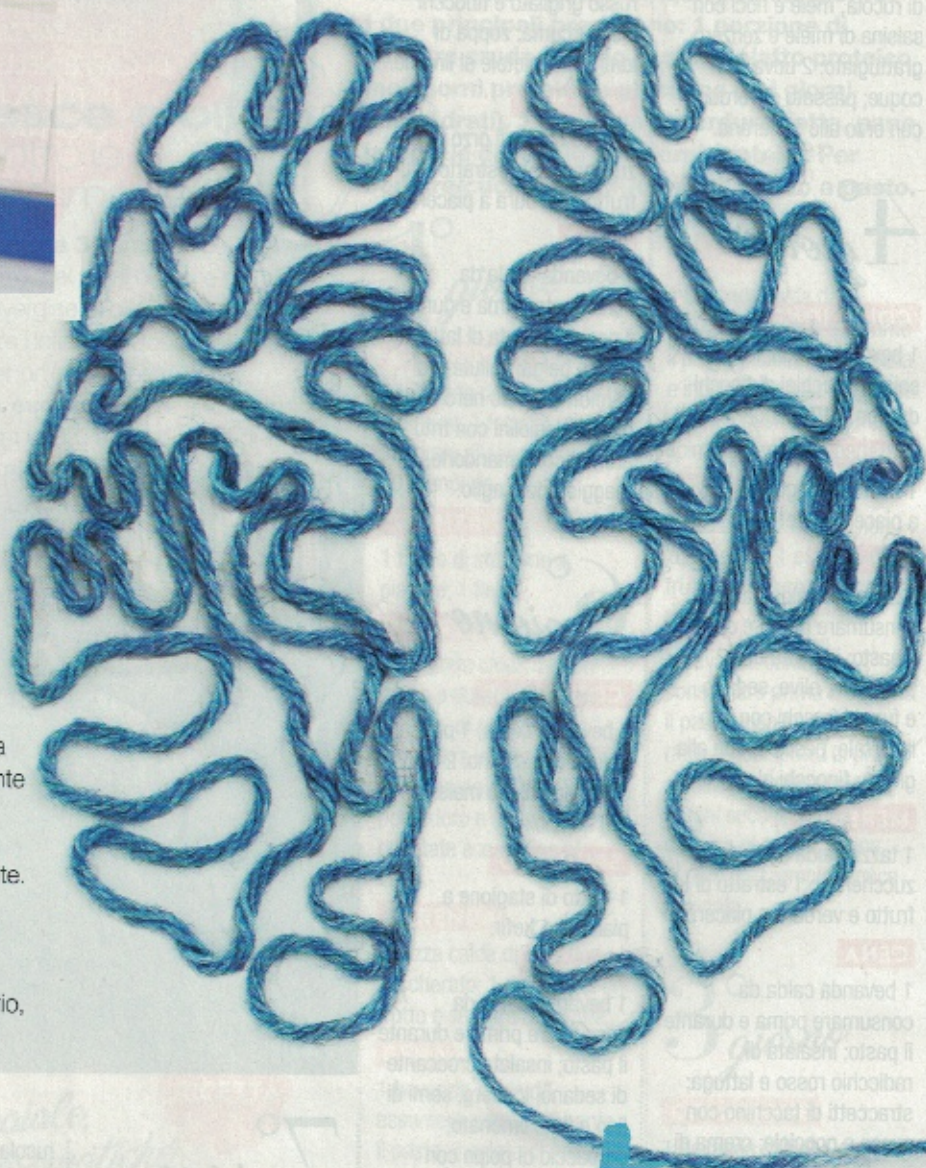




GLI STATI D'ANIMO PIÙ
CUPI E NEGATIVI PORTANO
IL CERVELLO A REAGIRE,
A SPESE DEL SISTEMA
CARDIOVASCOLARE. ECCO
CHE COSA PUÒ ACCADERE

Nonostante i luoghi comuni sulla dicotomia tra ragione e sentimento, il cuore "ascolta" la mente più di quanto si creda e sebbene le emozioni siano parte integrante della nostra vita, quelle negative possono nuocere molto alla sua salute.

✱ Una serie di studi condotti negli ultimi anni dimostrano che traumi emotivi ripetuti e **stati di stress cronici** possono influenzare il funzionamento dell'apparato cardiocircolatorio, aumentando il rischio di **malattie croniche** o, addirittura, favorendo la comparsa di **infarto e ictus**.



così la mente
danneggia il